



VANTAAN
INVALIDIT

INVAUVESTI

Vantaan Invalidit ry:n jäsenlehti

2/2016

ISSN 1457-9490

Äitienpäiväkahvit pe 6.5., sivu 11

Pihatapahtuma su 29.5., sivu 2

Kesäretki 7.6., sivu 11



PERINTEINEN PIHATAPAHTUMA

sunnuntaina 29.5.2016 klo 12-15

Markkulassa,

Vanha Kuninkaalantie 5, Tikkurila

OHJELMASSA mm.

- Kuvataidekerhon taidenäyttely.
- Matkamopon koeajoa.
- Pelejä ja kilpailuja.
- Elävää musiikkia ja iloista yhdessäoloa.
- Muurin pohjalettuja, makkaraa ym.
- Askartelijoiden käsitöitä myynnissä sekä arpajaiset.

Yllättävän viihdyttävää ohjelmaa.

Tapahtumaan on vapaa pääsy!

**KAIKKI MUKAAN
MUKAAN PÄIVÄÄN!**

TERVETULO!

Sisältö

Pihatapahtumakutsu.....	2
Toimitustiedot.....	2
Pääkirjoitus	3
Toimisto tiedottaa	3
Puheenjohtajalta.....	4
Haastattelussa Sirkka-Liisa	4
<i>Heikki Aulio</i>	
Kolumbian matkasta	5
<i>Jouni Kaukonen</i>	
Tapahtumakalenteri	6
Jäsenhakemus	7
Tukisukka jalkaan sutjakkaasti.....	8
<i>Jouni Kaukonen</i>	
Avustajakoira toiminnasta.....	9
<i>Jouni Kaukonen</i>	
Istumalentopalloa Kotkassa	10
<i>Heikki Aulio</i>	
Hallitus 2016 ja toimikunnat	10
Kesäretkikutsu.....	11
Äitienpäiväkahvikutsu.....	11
Inva-Golfin esittely	12
Kannen kuva: Aune Menna ja jättiläispingviini, <i>kuvannut Heikki Aulio</i>	



Heikki Aulio, Päätoimittaja

Aurinkoista kevättä kaikille. SOTE-
sotkut ja monet vammaisten ja van-

husten etujen heikentämiset syn-
kentävät juuri nyt elämäämme.
Yhdistysten tehtävänä onkin puo-
lustaa jäsentensä yhdenvertaista ja
lainmukaista kohtelua, ja nyt tä-
mä on todella tarpeellista. Invalidi-
yhdistykset ja Invalidiliitto pyrkivät
kannanotoillaan ja neuvotteluillaan
estämään kohtuuttomat heikennyk-
set.

Näkyhän lehdissä valoisiakin
uutisia, ne vain koskevat ihan muita
kuin meitä: "osinkoja jaetaan enem-
män kuin koskaan", "johtajien pal-
kat taas uuteen ennätykseen". No
näkyä sitä pientä valon kajastusta
myös vammaisillekin. Uusi Yhden-
vertaisuuslaki tuli voimaan viime
vuoden alussa. Sen perusteella on

mahdollisuus joko yksityishenkilö-
nä tai yhdistyksenä hakea korjausta
koettuihin epätasa-arvotapauksiin
ja syrjintään. Eli jos esimerkiksi ei
pääse jonnekin liiketilaan, on mah-
dollista pyrkiä korjaamaan tilanne.
Mikäli kohtuullisella kustannuk-
sella voidaan saada aikaan esteettä-
myys, niin se on lain mukaan myös
toteutettava. Saa nähdä millaisia jut-
tuja tämän vuoden aikana kehkeytyy
lain puitteissa.

Lehden kansikuva johdattelee
meitä seuraavan Invaviestin 3-2016
teemaan eli Matkailuun! Oikein rei-
pasta kesää! Ja tulkaa PIHATA-
PAHTUMAAN Markkulaan sun-
nuntaina 29.05.2016 klo 12-15!

Heikki Aulio

TOIMISTO TIEDOTTAA

TOIMISTO ON AVOINNA
arkisin klo 10.00 – 14.00, puh.
(09) 823 4659,
sähköposti toimisto@
vantaaninvalidit.fi
www.vantaaninvalidit.fi

TOIMISTO ON SULJETTU
4.7.-31.7.2016

INVALIDILIITON TUETUT LOMAT:

Vuonna 2016 Maaseudun
terveys- ja lomahuolto ry jär-
jestää lomatoimintaa fyysisesti
vammaisille henkilöille.
Lomahakemukset osoitetaan
Maaseudun Terveys- ja
Lomahuolto ry:lle. Lomiin
on jatkuva haku ja hakuaika
lomalle päättyy kolme
kuukautta ennen loman alkua.
<http://www.mtlh.fi/>

INVALIDILIITTO JÄRJESTÄÄ JÄRJESTÖKOULUTUSTA

invalidiyhdistyksissä toimiville
jäsenille. Kysy lisätietoja
kursseista toimistolta tai
www.invalidiliitto.fi



NAISRYHMÄN KEVÄTRETKI

Sea Lifeen Helsinkiin

Keskiviikkona 27.4.2016

Ilmoittaudu Minnalle 13.4. mennessä
puh 050-576 99 97

INVAVIESTI

Vantaan Invalidit ry:n jäsenlehti
N:o 2/2016, 32. vuosikerta

Päätoimittaja:

Heikki Aulio
GSM 040 70 48 597
heikki.aulio@hiy.fi

Toimitus, osoitteenmuutokset:

Vanha Kuninkaalantie 5
01300 Vantaa
Puh. (09) 823 4659
toimisto@vantaaninvalidit.fi

Painopaikka ja taitto:

Tikkurilan Paino Oy

Painos: 850 lehteä

Levikki/kohderyhmät:

Vantaan Invalidit ry:n jäsenet
Vantaan kaupungin eri virastot
ja laitokset
Yritykset ja ilmoittajat

Ilmoitusmyynti ja laskutus:

Toimisto puh. (09) 823 4659
toimisto@vantaaninvalidit.fi

Ilmestymisajat: 1: 22.2., 2: 25.4.,
3: 12.9., 4: 1.12.2016.

Aineisto kuukautta aiemmin.

VANTAAN INVALIDIT ry

Fyysisesti vammaisten
yhdysside Vantaalla

Perustettu v. 1970

Invalidiliiton jäsenyhdistys

Jäsenasiat, neuvonta, tiedotus ym:

Vanha Kuninkaalantie 5
01300 Vantaa
Aukiolo: ma-pe klo 10-14
Puh. (09) 823 4659
toimisto@vantaaninvalidit.fi
www.vantaaninvalidit.fi

Toimistonhoitaja:

Heikki Aulio

Puheenjohtaja: Eeva Pitkänen

Puh. 050 563 7454

eeva.pitkanen@gmail.com



Puheenjohtaja Eeva Pitkänen

Talven taika on takana päin ja kesää odotellaan malttamattomana. Puiden silmut alkavat aueta ja sini-vuokotkin jo kukkivat, onpa nähty jo muutama leskenlehtikin kukassa. Talvipäivän seisauskin on ohitettu ja siirrytty kesäaikaan. Lumet ovat sulaneet jo aika vähiin ja lämpimiä päiviä odotellaan. Kävin maaliskuussa tuolla valtameren takana Miamiassa ja risteilemässä Karibiassa. Oli kyllä kovasti mukava käydä ja todeta, että on se suuri maa ja paljon väkeä. Liikuntarajoitteisia siellä kohdeltiin tasavertaisina ja ol-

tiin aina valmiita auttamaan. Luisakat oli tehty hyvin vammaisille sopiviksi. Yleisesti näki, että kaikkialla oli huomioitu liikuntaesteiset. Suomessa olisi hyvä asennoitua samoin!

Näinä aikoina meitä vammaisia koetellaan ja etuuksia supistetaan, kun Suomen talous on kurala ja poliitikot vain lupaava hyvää ja kaunista, mutta siihen se sitten jää! SOTE-uudistus on ollut jo pitkään tapetilla, mutta valmista ei näy syntyvän. Toivotaan kuitenkin parasta ja nautitaan kesän lähestymisestä.

Eeva Pitkänen, puheenjohtaja

HELPPO LIIKKUA?

Tietoa kodin esteettömyysratkaisuista sekä liikkumista helpottavista palveluista. MALMITALO, Ala-Malmin tori 1 B

TIISTAISIN KLO 17 – 19.15

- 03.05. Apuvälineet, niiden hankinta ja käyttö
- 10.05. Kodin esteettömyysratkaisuja
- 17.05. Liikkumista helpottavat palvelut ja niiden hakeminen

OPISKELIJAHIERONTAA

Edupoli, Virnatie 5, Tikkurila
Ajanvaraus ti ja to klo 8 - 17
puh 0400-883 884

JALKOJEN HOITOA

Edupoli, Virnatie 5, Tikkurila
Ajanvaraus ja hoidot ma ja ti
klo 18 - 20, la klo 9 - 14
puh 040-705 8997

Tulossa tiedotuslehtinen

Yhdistys aloittaa sähköpostilla jaeltavan tiedotuslehtisen julkaisun lähikuukausina. Invaviesti ilmestyy vain 4 kertaa vuodessa. Lehtien ilmestymisten välissä julkaistaan tiedotuslehtisiä. Kerro SÄHKÖPOSTIOSOITTEESI toimistonhoitajalle, niin saat tiedotteet sähköpostiisi!

KATSO LISÄÄ NETISTÄ

www.vantaaninvalidit.fi/ARKISTO sisältää paljon lehteen mahtumattomia juttuja ja lehdessä olevien artikkelien pidempiä versioita runsain kuvin.

TUTUSTU ARKISTOOMME!

Sipe Jalokinos kertoi Kolumbian matkastaan

Tikkurilan ev.lut. seurakunnasta oleva lähetyssihteeri Sirpa (Sipe) Jalokinos kertoi vuosi sitten tehdystä tutustumismatkastaan Suomessa vapaaehtoistyöllä toimivan Koti katulapsille ry:n puitteissa eksoottiseen Kolumbiaan. Vantaan Invalidien toimitila oli Hengellisen piirin jäsenillä keskiviikkona 17.02.2016 varsin täynnä innokkaita kuulijoita, koska Jalokinos on aiemminkin ollut värikkäästi kertomassa matkamuistoistaan Hengellisessä piirissä. Virren ja alkurukouksen jälkeen oli

vuorossa havainnollisin kuvin elävoitetty Sipen matkakertomus Kolumbian Sasaiman kylästä. Yhdessä muistimme katulapsityötä ja ponnisteluja kaikkein köyhimpien parissa.

Koti katulapsille ry tekee yhteistyötä kolumbialaisen kristillisen järjestön kanssa. Kolumbia on kooltaan kolme kertaa Suomen kokoinen Etelä-Amerikan päiväntasaajan valtio, jossa valtauskonto on katolisuus. Latinot ovat korkeinta, intiaanit eli alkuperäisasukkaat ovat Jalokinoksen kertoman mukaan alinta kastia.

Sikäläinen yhdistys tekee **etsivää lapsityötä** ja kokoaa heitä lastenkonttiin. - *Sellaisen lapsen, joka on kauan elänyt kadulla, on aika vaikea tottua määräyksiin ja sääntöihin, koska hän on elänyt ihan vapaasti*, kertoi Jalokinos. Vaikka toisaalta on ruokaa ja turva. Suomessa oleva yhdistys on tukenut kolumbialaista lastenkonttia, joka nykyisellään saa jo tukea omasta maastaan. - *Kolumbiassa on sissiliikkeitä ja huumeita*, hän muistutti. Kolmasosa maailman kokaiinista tulee Kolumbiasta. Sissijoukot pakottavat ihmisiä siirtymään maatiloiltaan kaupunkien slummeihin. Sikäläinen kristitty järjestö työskentelee pääkaupunki Bogotan El Amparos -slummissa, joka on suurin ja pahamaineisin slummi.

Matkalaiset ajoivat slummin laidalla olevan seurakunnan koontumistilaan avustamiseen tarkoitettua matkalaukua mukanaan. Mukana oli lastenvaatteita mahdollisimman paljon sekä kes-

tovaippoja laitoksiin. - *Apu meni kirjaimellisesti perille*, totesi Jalokinos. Seurakunnan kahden kummilapsen tapaaminen oli kuitenkin varsinainen kohokohta. Toinen on seurakunnan ja toinen rippikoululaisten kummilapsi. Kolmivuotias Migel oli porukan nuorin ja pienin. Päiväkerhossa heille on tarjolla kaksi aterialla päivässä ja virikkeellistä oppimista.

Järjestö on perustanut slummiin päiväkerhon, johon kaikkein heikoimmassa asemassa olevista perheistä otetaan pieniä lapsia. Järjestö omistaa myös itsekannattavan maatilaa, jonne on istutettu muun muassa 1500 kahvipensasta ja hedelmäpuita. Kiinanruusutkin ovat käden kokoisia, vaikka vuoristomaisema on karu. Tilan rakennuksia vuokraaan paikalliselle väestölle erilaisiin tilaisuuksiin ja tilalla järjestetään myös lasten leiritoimintaa. 80 kilometrin matkaan slummista maatilalle kuluu Jalokinoksen mukaan kuitenkin lähes kolme tuntia paikallisia teitä pitkin.

Paikallinen evankelinen seurakunta muistutti Jalokinoksen mukaan suomalaista helluntailaista karismaattista seurakuntaa voimakkaaine musiikkiesityksineen. - *Jos olette käyneet Tikkurilan Olotilassa, niin tuo on vähän sama tunnelma*, vertasi Jalokinos.

Sosiaalisista ongelmistaan huolimatta Kolumbia on kiehtova ja luonnoiltaan monipuolinen valtio. Se jakautunut kolmeen ilmasto- ja maastovyöhykkeeseen korkeuden perusteella. Alin ilmastovyöhyke on trooppinen lähellä merenpintaa, lauhkealla keskivyöhykkeellä 900 - 2000 metrissä päivälämpötila voi nousta yli 30 Celsiusasteeseen, mutta yöt ovat kylmiä.

Jouni Kaukonen

Haastattelussa SIRKKA-LIISA



Kuka olet ja mitä olet tehnyt?

- Olen Sirkka-Liisa Rimpilä, 67, eläkkeellä. Muutin 2010 Länsi-Vantaalle Vapaalaan Kotkasta. Työelämässä olen toiminut talouspuolella ja ollut työkeskuksessa kirjansitojana.

Kauanko olet ollut yhdistykseemme ja Invalidiliiton jäsen?

- Liityin 2007 Kotkassa Invalidiyhdistykseen. Vantaalle muutettuani vaihdoin jäsenyyteni Vantaan Invalidit ry:hyn.

Miksi liityit yhdistykseemme?

- Yhdistystoiminta on ollut lähellä sydäntä jo aiemminkin.

Miten osallistut yhdistykseemme toimintaan?

- Olen askartelukerhon vetäjä. Hallituksessa olen nyt toista vuotta. Kuulun myös tätä lehteä kokoaavaan lehtityöryhmään.

Mitä tämä yhdistystoiminta antaa sinulle?

- Tällä hetkellä yhdistystoiminta on iso henkireikä arjessa. Saan voimaa, tukea ja vaikutusmahdollisuuksia.

Mitä odostat?

- Odotan paljon uusia oppeja yhdistystoiminnan saralta.

Tapahumakalenteri 2016

Tapahumat **MARKKULASSA** ellei muuta kerrota (muutokset mahdollisia)

HUHTIKUU

- Pe 15.4. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 20.4. Jäsenilta klo 18 - 20 (**ATK-kerho**)
 To 21.4. Askartelukerho klo 12
 Pe 22.4. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 27.4. Naisryhmän kevätretki **Merimaailma Sea Lifeen** klo 11:30, ilmoittaudu Minnalle puh 050-5769997, 13.4. mennessä.
 Ke 27.4. Hengellinen piiri klo 13, vieraana **Kristiina Kartano**
 Ke 27.4. Atk-kerho klo 18 - 20
 To 28.4. Askartelukerho klo 12

TOUKOKUU

- Ma 2.5. Maanantaikerho klo 10:30 - 12, pelaamme hauskaa **Skipbo**-peliä
 Ke 4.5. Länsi-Vantaan jaosto klo 16 - 18 **Myyrinkodissa** vietetään **kevätjuhlaa**
 Pe 6.5. Kuvataidekerho klo 10:30 - 12:30
 Pe 6.5. **Äitienpäivätapahtuma Markkulassa klo 13**
 Ke 11.5. Atk-kerho klo 18 - 20
 To 12.5. Askartelukerho klo 12
 Pe 13.5. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 To 19.5. Askartelukerho klo 12
 Pe 20.5. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 25.5. Hengellinen piiri klo 13, vieraana **Jaakko Hyttinen**
 Ke 25.5. **Naisryhmän grillipäivä Markkulassa** saunatilassa klo 12 - 14, omat eväät mukaan.
 Ke 25.5. Atk-kerho klo 18 - 20
 To 26.5. Askartelukerho klo 12
 Pe 27.5. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Su 29.5. **Pihatapahtuma 29.5. klo 12 - 15**

KESÄKUU

- Ti 7.6. Kesäretki Kangasalle

ELOKUU

- ke 24.8. Jäsenilta klo 18 - 20 (**Urheilutoimikunta**)
 Pe 26.8. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 31.8. Hengellinen piiri klo 13
 Vieraana **Satu Huttunen**
 ke 31.8. Atk-kerho klo 18-20

SYYSKUU

- Ma 5.9. Maanantaikerho klo 10:30 - 12
 Ke 7.9. Länsi-Vantaan jaosto klo 16 - 18
Myyrinkodissa, Ruukkukuja 5, 01600 Vantaa
 To 8.9. Askartelukerho klo 12
 Pe 9.9. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30

- Ke 14.9. Naisryhmä klo 12 - 14, keskustelua
 To 15.9. Askartelukerho klo 12
 Pe 16.9. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 21.9. Jäsenilta klo 18- 20 (**Maanantaikerho**)
 To 22.9. Askartelukerho klo 12
 Pe 23.9. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30
 Ke 28.9. Hengellinen piiri klo 13, vieraana **Pirkko Yrjölä**
 Ke 28.9. Atk-kerho klo 18 - 20
 To 29.9. Askartelukerho klo 12
 Pe 30.9. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30

LOKAKUU

- Ma 3.10. Maanantaikerho klo 10:30 - 12
 Ke 5.10. Länsi-Vantaan jaosto klo 16 - 18
Myyrinkodissa, Ruukkukuja 5, 01600 Vantaa
 To 6.10. Askartelukerho klo 12
 Pe 7.10. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 12.10. Naisryhmä klo 12 - 14, joulukorttien tekoa
 To 13.10. Askartelukerho klo 12
 Pe 14.10. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30
 Ke 19.10. Jäsenilta klo 18 (**Askartelukerho**)
 To 20.10. Askartelukerho klo 12
 Pe 21.10. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30
 Ke 26.10. Hengellinen piiri klo 13, vieraana **Vappu Olsbo**
 Ke 26.10. Atk-kerho klo 18 - 20
 To 27.10. Askartelukerho klo 12
 Pe 28.10. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30

MARRASKUU

- Ke 2.11. Länsi-Vantaan jaosto klo 16 - 18
Myyrinkodissa, Ruukkukuja 5, 01600 Vantaa
 To 3.11. Askartelukerho klo 12
 Pe 4.11. Kuvataidekerho klo 10:30 -13:30
 Ma 7.11. Maanantaikerho klo 10:30 - 12
 Ke 9.11. Naisryhmä klo 12 - 14, joulukorttien tekoa
 To 10.11. Askartelukerho klo 12
 Pe 11.11. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 16.11. Jäsenilta klo 18 (**Länsi-Vantaan jaosto**)
 To 17.11. Askartelukerho klo 12
 Pe 18.11. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Su 20.11. **Syyskokous**
 Ke 23.11. Hengellinen piiri klo 13, vieraana **Jaakko Hyttinen**
 To 24.11. Askartelukerho klo 12
 Pe 25.11. Kuvataidekerho klo 10:30 - 13:30
 Ke 30.11. Atk-kerho klo 18 - 20

(huom. Jäseniltaa ei ole tammi-, touko-, kesä-, heinä- eikä joulukuussa)

- **JOOGA** maanantaisin klo 14 - 15, Hakunilan kirkon takkahuone.
- **ISTUMALENTOPALLO JA BOCCIA** tiistaisin klo 18 - 20 ja torstaisin klo 17 - 19 Kuusikon koululla.
- **KESÄKAUDELLA PIHABOCCIAA** Markkulun hiekkakentällä tiistaisin 10-12 ja torstaisin 17-19.



JÄSENHAKEMUS

www.invalidiliitto.fi

UUSI JÄSEN TÄYTTÄÄ:

Sukunimi	Syntymäaika	
Etunimet		
Lähiosoite		
Postinumero	Postitoimipaikka	
Puhelin	Sähköposti	
Koulutus	Ammatti	
<input type="checkbox"/> Liityn varsinaiseksi jäseneksi	<input type="checkbox"/> Liityn invalidiyhdistyksen kannatusjäseneksi	
<input type="checkbox"/> Vaihdan yhdistystä	Aiempi yhdistys	Liittymisvuosi
Yhdistystä vaihdettaessa jäsenyys edelliseen päättyy		
VAMMA <i>Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi liittymisen edellytyksenä on pysyvä tuki- tai liikuntaelinvamma.</i>		
<input type="checkbox"/> Pysyvä tuki- tai liikuntaelinvamma		
Mikä, millainen		
(Tarvittaessa lääkärintodistus tai muu todiste vammasta liitteenä)		
Apuvälineet		
<input type="checkbox"/> En halua IT-lehteä	<input type="checkbox"/> Tilaan Selkäydinvamma-lehden (maksullinen)	
Lisätietoja		
SUOSTUMUS JA ALLEKIRJOITUS		
Invalidiliiton jäsenyhdistys ja keskuustoimisto pitävät jäsenrekisteriä sopimuksen mukaan tapahtuvaa jäsenmaksujen laskutusta, jäsenlehden ja kirjeiden postitusta ja muuta yhteydenpitoa varten. Tietoja ei pääsääntöisesti luovuteta yhdistyksen ja Invalidiliiton ulkopuolelle. Rekisteriselosteet on nähtävissä paikallisyhdistyksessä/keskuustoimistossa. Annan suostumukseni yhdistykselle ja Invalidiliitto ry:lle minua koskevien tietojen rekisteröintiin sekä niiden käyttämiseen keskinäisessä yhteydenpidossa ja tilastollisena aineistona.		
Paikka	Päiväys	Allekirjoitus

JÄSENHANKKIJÄ TÄYTTÄÄ:

Jäsenhankkijan nimi	
Lähiosoite	
Postinumero	Postitoimipaikka

JÄSENYHDISTYS TÄYTTÄÄ:

Yhdistyksen nimi			
Jäseneksi hyväksymisaika	/	20	Jäsennumero



Invalidiliitto

Tukisukka jalkaan sutjakkaasti



Anssi Herttua esittelee tukisukan jalkaanvetolaitetta, DressBuddy Combia.



Anssi Herttua Tmi Leidarista vieraili Vantaan Invalidit ry:n askartelukerhossa torstaina 25.02.2016 kertomassa pukeutumisen apuvälineistä. Tukisukan saaminen jäykkään jalkaan onkin monelle jokapäiväinen taidonnäyte. Pukeutumiseen joudutaan toisinaan käyttämään maksullistakin ulkopuolista apua. Omatoimisuuden lisääminen saattaa kuitenkin onnistua apuvälineiden avulla. Herttua esitteli vetolaitteita tukisukille ja -hihoille sekä pukeutumiskou-

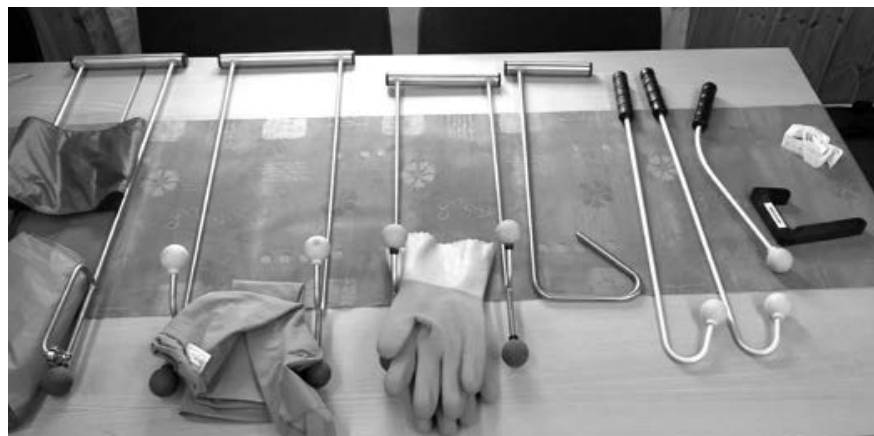
kuja ja -puikkoja. Tutustuimme myös sähkökäyttöiseen sukan-/tukisukan poistajaan. Tuotteisiin voi tutustua lähemmin nettisivuilla www.leidari.fi. Nettikaupan osoite on ficsu.omaverkkokauppa.fi. Esitepyynnöt ja tilaukset voi tehdä sähköpostilla asiakaspalvelu@leidari.fi tai puhelimitse 045 121 9573.

Yksilöllisesti sovitettu tukisukka tukee jalan verenkiertoa. Tukisukka onkin hyvä pukea jalkaan sängystä noustessa ennen jalan rasiittamista. Tavalliselle sukalle tar-

koitettuja vetolaitteita saa terveysasemalta. DressBuddy Combi-apuvälinesettiin kuuluu vetolaitte, kitkamatto ja liukusukka. Setin hinta on 350 euron luokkaa koosta riippuen. Pohkeen paksuus kuuluu mitata koon määrittämiseksi, vakiopituuksia on kolme, mutta apuvälineitä toimitetaan tarvittaessa myös mittatilauksena. Anssi Herttua tähdensi, että sukan saa sekä puettua että poistettua pyörätuolissa istuen tai sängyssä maaten tähän soveltuvalla apuvälineellä, vaikka jaloissa ei olisi liikkuvuutta. Pukeutumispuikolla saa toispuolisesta liikepuutoksesta kärsivä vedettyä paidan päälle ja pois. Puikkoa voi käyttää myös tavallisen nilkkasukan poistamiseen. Takin riisumista helpottava vaatenaulakkokin kuuluu valikoimaan.

"Keltaiset pallot aamulla, siniset pallot illalla", tiivisti Anssi Herttua DressBuddy Combin käyttöä. Jokainen käyttää sellaista tapaa kuin itsestä hyvältä tuntuu. Laitteessa on hyvä tarttuvuus, mutta se ei revi sukia. Harjoittelemalla voi laitetta käyttää itsenäisesti polvi- tai reisipituisten tukisukkiensa pukeamiseen ja poistamiseen. Polvipituisten sukan kiinnitys tehdään sukan resorin yläosasta, säärripituista sukkaa taitellaan hieman kaksinkerroin. Tukisukka voi olla avo- tai umpikärkinen. Kumihanskoja voi käyttää apuna. Jos nilkankohta on hyvin tiukka, voi käyttää apuna tähän kohtaan ujutettua liukusukkaa, josta toinen puoli kulkee jalkaterän alta. Sukan saa irrotettua jopa avustajakoiran avulla. Netistä on käytettävissä havainnollinen tanskankielinen opetusvideo osoitteessa <https://youtu.be/KC673DsGQHE>.

Jouni Kaukonen



Anssi Herttuan esittelemiä apuvälineitä.

Naisryhmän jäsenilta 16.3.2016 Markkulassa

INVALIDILIITON AVUSTAJAKOIRATOIMINNASTA

Koulutettu avustajakoira on avustettavalleen korvaamaton apu ja lähes väsymätön seura. Koira edistää fyysisesti vammaisen ja toimintarajoitteisen käyttäjänsä fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Invalidiliiton avustajakoiria on käytetty vuodesta 1994. Uusia koiria valmistuu noin viisi vuodessa, joista kolme korvaa vanhoja koiria. Kysyntää on monikertaisesti tarjontaan nähden. Minna Marttinen Vantaan Invalidien kuvataidekerhosta vieraili yhdistyksen naisryhmän jäsenillässä kertomassa avustajakoiran merkityksestä arjessa mukanaan avustajakoiransa Martti. Lisätietoa on nettissä www.invalidiliitto.fi/avustajakoirat ja www.avustajakoira.fi



Minna Marttinen ja avustajakoira Martti.

Avustajakoiralla voi helpottaa merkittävästi vammaisen selviytymistä jokapäiväisessä elämässä. Koiran tarve avustettavalle kartoitetaan yksilöllisesti ja koiran jonotusaika on jopa 5 – 10 vuotta. Minna Marttinen jonotti avustajakoiraansa neljä vuotta. Tätä ennen hän oli opettanut aiemalle lemmikkinään olleelle isovillakoiralleen avustamista koirakoulun oppien turvin. - Sitten tuli hirveät allergiat, ja sen takia siitä ei ikinä tullut avustajakoira, kertoi Minna.

Minnan nykyinen avustajakoira oli valmiiksi peruskoulutettu, hän löysi sen ilmoituksen avulla ja otti jatkokoulutettavaksi itselleen. Martin nimi on ihan puhdasta sattumaa.

- Ajattelin, että onko tässä nyt jotain tarkoitusta enemmänkin, naurattaa Minna. Silloinen isäntäperhe luopui parivuotiaasta koirastaan, koska heille syntyi vauva. - Nykyään Martti avustaa minua monissa päivän toiminnoissa ja ulkoilee kanssani, kun liikun ulkona sähköpyörätuolilla, lisäsi Minna. Pärjään täysin itsenäisesti ruokakaupassa koiran avulla, kertoi Minna. Työssä olevan avustajakoiran tunnistaa sinivalkoisista liivistä ja tunnusmerkistä. Avustajakoiran saa pitää vapaana hihnasta, kun se on käyttäjänsä hallinnassa.

Invalidiliitto haastattelee koirien hakijat ja yhdessä kouluttajan kanssa valitsee käyttäjälle sopivan koiran. Koiran saajalle annetaan perehdytyskoulutus yhdessä koiran kanssa ja sitten koira luovutetaan käyttäjälleen. Invalidiliitto ostaa valmiit avustajakoirat koulutuspaikasta. Invalidiliitto vastaa koirien käyttöön-

ottotesteistä käytössä olevien tuomareiden kanssa yhteistyössä ja antaa koulutuksen läpäisseille koirille avustajakoirastatuksen. Koulutetun avustajakoiran hinta on yli 20000 euroa. Koiran omistusoikeus säilyy Invalidiliitolla, joka luovuttaa koirat hal-

tijoilleen käyttöön maksutta. Koiran haltija saa tarvittaessa omalta alueeltaan tukihenkilön helpottamaan uuden koiran käyttöönottoa. Myös koirakoulun kouluttajilta voi kysyä apua. Koiran käyttäjä vastaa koiran ylläpidosta. Avustajakoira haetaan Invalidiliiton kautta, jolloin se on käyttäjälleen maksuton. Itse koulutettujen avustajakoirien kustannuksiin voi hakea tukea avustajakoirayhdistykseltä.

Avustajakoiratoimintaa rahoitetaan Raha-automaattiyhdistyksen ja Invalidiliiton varainhankinnan tuella. Myös Avustajakoirayhdistyksen kummikoiratoiminnan rahoituksella hankitaan koiria. Avustajakoirayhdistyksen ja Invalidiliiton avustajakoirien lahjoitustilille voi tehdä lahjoituksia, näillä varoilla tuetaan koirien hankintaa. Kummikoiratoiminnasta vastaa Avustajakoira-Assistenttund ry, joka on toiminut yli 20 vuotta. Avustajakoira-Assistenttund ry julkaisee vuosijulkaisuna ilmestyvää Aputassu-lehteä, jossa kerrotaan monipuolisesti avustajakoiratoiminnasta. Invalidiliiton avustajakoira-asiantuntijana toimii Paula Myller. Invalidiliiton nettisivuilta löytyy yhteystiedot avustajakoira-asiantuntijalle.

Jouni Kaukonen



Naisryhmän jäsenillan osallistujia kuuntelemassa Minnan kertomuksia avustajakoiratoiminnasta.

ISTUMALENTOPALLOA KOTKASSA



Naisjoukkueemme osallistui jälleen yhden väli vuoden jälkeen istumalentopallon 34. KOTKA-turnaukseen. Lauantaina 06.02.2016 ajelimme itään Karhulan liikuntahallille. Kisassa oli 4 naisjoukkuetta ja 8 miesjoukkuetta. Naisten sarjan voitti SI Siilinjärvi, toisena ESI-Ladyt Lap-

peenrannasta, kolmantena HIY Helsingistä ja parhaana neljänneksi päässeenä oli oma joukkueemme VI Vantaa. Oli hauskaa peliä ja mukavia tapaamisia.

Onnittelut joukkueellemme!

Heikki Aulio

ATK-KERHO

Elokuusta eteenpäin ATK-kerho kokoontuu kerran kuukaudessa aina kuukauden **VIIMEISENÄ** keskiviikkona klo 18-20.

Tukea saa myös sähköpostin tai puhelimen välityksellä. Heikki Aulio, heikki.aulio@hiy.fi, puh 040 70 48 597.



MIESTEN JUTUT

Vantaan, Helsingin ja Espoon miehet kokoontuvat **ÄIJÄPORUKAL- LA** useita kertoja vuodessa. Käymme saunomassa Invalidiliitossa, Hevossalmessa ja Markkulassa. Teemme vierailuja mielenkiintoisiin kohteisiin, esimerkkeinä Tekniikan museo, Juustotehdas ja Pelastuslaitos.

SEURAAVIA MIESTEN JUTTUJA OVAT:

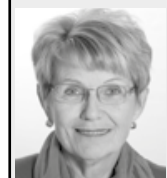
To 21.04.2016 klo 16-19
Saunominen Invalidiliitossa

To 28.04.2016 klo 14.30
Keskuspelastusasema

Ke 22.06.2016 klo 16-20
Saunominen Markkulassa

NYT ÄIJÄT
MUKAAN
MENOON!

HALLITUS 2016



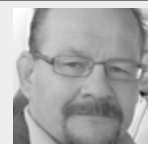
Puheenjohtaja
Eeva Pitkanen
puh. toim.
(09) 823 3015
gsm. 050 563 7454
eeva.pitkanen@gmail.com tai
koulutus@vantaaninvalidit.fi



Varapuheenjohtaja
Liisa Mäkelä
puh. 0400 233 524
makela.liisa@gmail.com



Hallituksen jäsenet:
Heikki Aulio
Puh. 040 70 48 587
Heikki.aulio@hiy.fi



Teijo Kakko
puh. 050 563 4390
teijo.kakko@suomi24.fi



Jouni Kaukonen
puh. 040 595 6837
jouni.kaukonen@pp.inet.fi



Aune Menna
puh. 040 752 9215
aune.menna@elisanet.fi



Sirkka-Liisa Rimpilä
puh. 045 - 352 1411
sirkkaliisa.rimpila@gmail.com



Ulla Tapaninen
puh. 0440 947 582
ubtapaninen@gmail.com

TOIMIKUNNAT 2016

Askartelutoimikunta
Sirkka-Liisa Rimpilä,
p. 045 352 1411

Atk-kerho
Heikki Aulio p. 040 704 8597

Hengellinen Piiri
Aune Menna, p. 040 752 9215

Kuvataidekerho
Minna Marttinen p. 050 543 5334

Lehtitoimikunta
Heikki Aulio p. 040 704 8597

Länsi-Vantaan jaosto
Ulla Tapaninen, p. 0440 947 582

Maanantaikerho
Riitta Seppänen p.040 750 8290

Matkailu- ja retkeilytoimikunta
Erkki Heikkilä p. 0400 507 086

Naistoimikunta
Minna Tervo, p. 050 576 9997

Urheilutoimikunta
Pentti Viinikainen p.050 522 6414



ÄITI

ota itsellesi hetki ja karkaise arki!
Tule juhlistamaan äitienpäivää perjantaina 6.5.2015
klo 13-15 yhdistyksen toimitilalle Markkulaan.

Ilmoittautumiset 4.5. mennessä puh. (09) 823 4659
klo 10-14 tai toimisto@vantaaninvalidit.fi



Matkailu- ja retkeilytoimikunta järjestää
KESÄRETKEN KANGASALLE 7.6.2016



Kuva: www.investkangasala.fi

Kuva: www.mobilia.fi

Retkipäivän aikana nautimme etelä-Hämeen **kauneimista maisemista** opastetulla kiertojelulla sekä tutustumme **Mobilian Autokylään** ja autoihin – tietysti. Paikka sijaitsee kauniilla rannalla ja siellä myös ruokailamme. Päivän ohjelma on tiivis, siksi ainakin pyörätuolia käyttävällä retkeläisellä pitää olla oma avustaja mukanaan tai jos tarvitset apua esim. wc:ssä. Yhdistys maksaa tarvittavan avustajan matkan.

Retkipäivän aikataulu:

- > **07.45** kokoontuminen Markkulaan
- 08.00** Kaikki autossa ja lähtö retkelle
- 09.00** ABC Tiiriö pysähdys tarvittaessa
- 10.40** tulo Kangasalle
- 11.00** opastettu kiertojelu
- > **12.30** tulo Mobiliaan ja ruokailu
- 14.00** opastetut kiertokäynnit Mobiliassa (2 ryhmää)
- 15.30** iltapäiväkahvi
- > **16.00** kotimatka alkaa
- n. **17.00** ABC Hyvinkää pysähdys tarvittaessa
- > **18.00** Markkulassa

Matka tehdään Pohjolan Matkan invabussilla, jossa on 35 istumapaikkaa sekä 3 pyörätuolipaikkaa. Matkan hinta on **40 euroa** sisältäen lounaan, opastukset, liput ja iltapäiväkahvit.

Sitovat ilmoittautumiset ja tiedot ruoka-allergioista yhdistyksen toimistoon puh. (09) 823 4659 (klo 10 -14) tai sähköpostilla toimisto@vantaaninvalidit.fi **VIIMEISTÄÄN 2.5.2016.**

Lisätietoja myös Ekiltä p. 0400 507 086

Maksu 40 eur on maksettava yhdistyksen tilille FI26 8000 1901 5115 69 tai toimistoon 9.5.2016 mennessä. Kirjoita pankkisiirron viestiosaan oma nimesi sekä sana Mobilia.

Tule mukaan kokemaan kappale kauneinta Suomea!



. LF61

Posti Green



Kaasun ja jarrun käsihallintalaitte ja rattinuppi helpottavat auton käsittelyä.



Pyörätuolirobotti itsenäistää liikkumista.



Kuljettajan kääntöistuim tekee autoon siirtymisen helpommaksi.



Siirtotuoli helpottaa autoon nousemista ja poistumista.

Inva-varusteltu Volkswagen Golf.

DSG-automaattivaihteistolla varustettu 2- tai 4-ovinen Golf soveltuu hyvin inva-käyttöön. Lähes 90-asteen kulmaan avautuvat ovet mahdollistavat esteettömän autoon kulun. Ohjaamon hyvä ergonomia, lukuisat ajamista helpottavat innovaatiot mm. mukautuva vakionopeudensäädin ACC hätäjarrutustoiminnolla, Dynamic Light Assist -kaukovaloajärjestelmä ja pysäköintiavustin Park Assist sekä pysäköintitikat nostavat myös auton käyttömukavuuden sekä turvallisuuden täysin uudelle tasolle. Viimeistellyt yksityiskohdat tekevät vaikutuksen tavalla, joka näkyy ja tuntuu. Myös moni muu Volkswagen-malli on mahdollista muuntaa inva-autoksi, esim. Golf Variant, Passat Variant, Caddy ja Transporter.

Volkswagen Inva-auto -esittely Volkswagen Center Airportissa tiistaina 26.4. ja keskiviikkona 27.4. klo 9–17.

Kiitoradantie 2, Vantaa Veromies. www.volkswagencenter.fi

Paikalla Inva-autoesittelijä Jorma Lehmus, puh. 045 112 8649



Volkswagen

Osallistu arvontaan.

Palauta tämä kutsu täytettynä Volkswagen Center Airportiin.

Nimi

Osoite

Puh.

Sähköposti